

2025年2月23日 阪神タイガース具志川キャンプ 第5クール4日目

野手 15名			
【捕手】 43 町田・57長坂・128嶋村			
【内野手】 4熊谷・25渡邊・44戸井・45佐野・130川崎・133アルナエス			
【外野手】 55楠本・60小野寺・32井上・97野口・126福島・134コンスエグラ			
早出： 打撃：126 守備：97			
W-UP (MG)			
スパイク走			
CB			
シートノック			
部門別守備練習			
ランチ/ BP・シート打撃：57/25/55			
BT回り(1か所)			
A: 4/133/134	B: 45/97/126	C: 32/60/130	D: 43/57/25/55
打撃/バント	ティー/ロングティー	走塁	守備
守備	打撃/バント	ティー/ロングティー	走塁
走塁	守備	打撃/バント	ティー/ロングティー
ティー/ロングティー	走塁	守備	打撃/バント
個別練習			
打撃(MG)	守備		
	捕	内	外
町野佐川	渡	福	
田口野崎	邊	島	
室内ショートゲーム： (コーチ指示) (ドーム)			
【強化コンディショニング】 Gパターン (ドーム)			
ウエイトトレーニング 肩トレーニング			

10:00

投手 19名			
【投手】			
13岩崎・14岩貞・19下村・26椎葉・28今朝丸・29高橋・34漆原			
65湯浅・66津田・98佐藤蓮・120森木・121鈴木・122小川・123松原			
125伊藤・127工藤・129早川・131ベタンセス・132マルティネス			
W-UP (MG)			
(SG移動)			
CB			
13岩崎	28今朝丸	投内連係	
BP	シート登板	P回り	
【強化コンディショニング】 ランニング 体幹/ドリル/肩トレーニング			
ランチ			
打撃練習			
強化練習/技術練習			
個別練習			
ウエイトトレーニング ストレッチ			